

**Hoitokoti Kallion ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

**Ruokalista** VKO 27-32

**05.07.2021 - 15.08.2021**

sivu 1

**Viikko 27**

Maanantai 05.07.2021	Tiistai 06.07.2021	Keskiviikko 07.07.2021	Torstai 08.07.2021	Perjantai 09.07.2021	Lauantai 10.07.2021	Sunnuntai 11.07.2021
<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuroa LA Sulatejuustonappi LA Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Lauantaimakkaraa Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Päärynäsosetta
<b>Lounas</b> Jauhelihakastiketta LA MA GL Parsakaalia LA MA GL Keitettyä perunaa Suvisalaattia Kuningatarsosekiisseliä LA GL	<b>Lounas</b> Jauhemaksapihvejä LA MA G Juureskuutioita Keitettyä perunoita LA MA GL Ruskeaa kastiketta Puolukkasurvosta Mustikkakiisseliä LA MA GL	<b>Lounas</b> Koskenlaskijan kalakeittoa LA Kurkkuviipaleita Mangovispipuuroa LA MA	<b>Lounas</b> Perunanuudeli-jauhelihapataa Kasvissekoitusta LA MA GL Jäävuori-kesäkurpitsa-manda Aprikoosikiisseliä LA MA GL	<b>Lounas</b> Siikapihvejä MA GL SY Kasvissekoitusta Keitettyä perunoita LA MA GL Tillikastiketta LA GL Punajuuri-omenasalaattia Sekamarjakiisseliä LA MA GL	<b>Lounas</b> Juustomestarin lihalaatikkaa LA Vihreitä papuja Kaali-puolukkahillosalaattia Hedelmäsosekiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Palapaistia LA MA GL SY Kukkakaalia Keitettyjä perunoita LA MA GL Porkkanaraastetta Omenasekiisseliä LA MA G
<b>Päivällinen</b> Gulassikeittoa LA GL Suolakurkkuviipaleita Banaani	<b>Päivällinen</b> Porkkanasekittoa LA GL Leikkelettä Suolakurkkuviipaleita Banaanijogurttia LA GL	<b>Päivällinen</b> Lihaperunasoselaatikkaa LA Tomaattia Mehukeittoa LA MA GL	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuroa LA Leikkelettä Kurkkuviipaleita Ruusunmarjamehukeittoa MA	<b>Päivällinen</b> Broilerikeittoa LA MA GL Vesimelonikuutioita Mansikkajogurttirahkaa LA GL	<b>Päivällinen</b> Pinaattikeittoa LA GL SY Kananmuna Tomaattia Vadelmavispi LA	<b>Päivällinen</b> Makkarakeittoa LA MA GL Paprikasuikaleita Jäätelö LA GL
<b>Iltapala</b> Ruismarjapuuroa LA Porkkanavuokaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Perunarieskaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Kaurapuoliku-leipää	<b>Iltapala</b> Vispipuuroa LA Aurinkoleipää	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Karjalanpiirakka	<b>Iltapala</b> Rahkaa LA Kauraeväisleipää	<b>Iltapala</b> Rahkaa Porkkana-perunaruutu

**Hoitokoti Kallion ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

**Ruokalista** VKO 27-32

**05.07.2021 - 15.08.2021**

sivu 2

**Viikko 28**

Maanantai 12.07.2021	Tiistai 13.07.2021	Keskiviikko 14.07.2021	Torstai 15.07.2021	Perjantai 16.07.2021	Lauantai 17.07.2021	Sunnuntai 18.07.2021
<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuroa LA Sulatejuustonappi LA Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Lauantaimakkaraa Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Päärynäsosetta
<b>Lounas</b> Hedelmäistä broilerkastiketta Porkkanoita Keitettyä täysjyväriisiä LA MA Kurkkuraastesalaattia MA GL Mustikkaseksiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Mantelikalaa LA GL SY Kasvissekoitusta Perunasosetta LA GL Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat Karhunvatukkakiisseliä LA M/	<b>Lounas</b> Kaalilaatikkoa LA MA GL SY Juureskuutioita Puolukkasurvosta Persikkaseksiisseliä LA MA (	<b>Lounas</b> Lihakeittoa LA MA GL SY Suolakurkkuviipaleita Puolukkavispipuuroa LA	<b>Lounas</b> Punajuuripihvejä MA GL VE Herneitä Perunoita Juustokastiketta LA GL Jäävuori-porkkana-kurkkusala Appelsiiniikiisseliä LA MA GL	<b>Lounas</b> Lohikiusausta LA GL Maissia LA MA GL Porkkanaraastetta Vadelmaseksiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Burgundilaista lihapataa LA M Kasvissekoitusta Keitettyjä perunoita Punajuurisalaattia Mangokiisseliä LA MA GL
<b>Päivällinen</b> Lapin riistakeittoa LA GL Cantaloupemelonikuutioita Rahkavaahto mango-passion	<b>Päivällinen</b> Purjo-perunasosekeittoa LA C Hunajamelonia Sulatejuustonappi LA GL Vaniljajogurttirahkaa LA GL	<b>Päivällinen</b> Broilerikeittoa LA MA GL SY Tomaattia Mansikkamehukeittoa MA GL	<b>Päivällinen</b> Riisipuuroa LA GL Keittokinkkuviipaleita Kurkkuviipaleita Kuningatarkiisseliä MA GL	<b>Päivällinen</b> Broilerikiusausta LA GL Tomaattia Mustikkajogurttia LA GL	<b>Päivällinen</b> Makkarakeittoa LA MA GL Vesimelonikuutioita Banaani	<b>Päivällinen</b> Jauhelihakeittoa LA MA GL S Paprikasuikaleita Maitosuklaavanukasta LA
<b>Iltapala</b> Ruismarjapuuroa LA Porkkanavuokaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Perunarieskaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Kaurapuoliku-leipää	<b>Iltapala</b> Vispipuuroa LA Aurinkoleipää	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Karjalanpiirakka	<b>Iltapala</b> Rahkaa LA Kauraeväisleipää	<b>Iltapala</b> Rahkaa Porkkana-perunaruutu

**Hoitokoti Kallion ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

**Ruokalista** VKO 27-32

**05.07.2021 - 15.08.2021**

sivu 3

**Viikko 29**

Maanantai 19.07.2021	Tiistai 20.07.2021	Keskiviikko 21.07.2021	Torstai 22.07.2021	Perjantai 23.07.2021	Lauantai 24.07.2021	Sunnuntai 25.07.2021
<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuroa LA Sulatejuustonappi LA Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Lauantaimakkaraa Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Päärynäsosetta
<b>Lounas</b> Jauhelihakastiketta LA MA GL Porkkana-maissia Keitetyjä perunoita Raikasta kasvissalaattia Ruusunmarjakiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Lohikeittoa LA GL SY Kurkkuviipaleita Kaura-omenapaistosta LA	<b>Lounas</b> Nakkikastiketta LA MA GL Maissia LA MA GL Keitetyjä perunoita Jäävuori-retiisi-appelsiiniala Hedelmäsosekiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Haukipyörköitä LA GL Kasvissekoitusta Keitetyjä perunoita Tillikastiketta LA GL Jäävuori-persikkasalaattia Mansikkakiisseliä LA MA GL	<b>Lounas</b> Hedelmäistä broilerkastiketta Kasvissekoitusta Keitetyä täysjyväriisiä LA MA Kaali-kurpitsasalaattia Mustaherukkasosekiisseliä LA	<b>Lounas</b> Jauheliha-perunakiusausta LA Porkkanasuikaleita Punajuurisalaattia LA MA GL Persikkasosekiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Stroganoffia LA MA GL SY Kasvissekoitusta Keitetyjä perunoita Kurkkuista salaattia LA GL Vadelmasosekiisseliä LA MA
<b>Päivällinen</b> Juusressosekeittoa LA GL Hunajamelonia Banaani-appelsiinirahkaa LA	<b>Päivällinen</b> Lihakeittoa MA GL Cantaloupemelonikuutioita Suklaavanukasta LA GL	<b>Päivällinen</b> Makaronilaatikka LA SY Paprikasuikaleita Mangorahka LA GL	<b>Päivällinen</b> Kesäkeittoa LA GL SY Keittokinkkuviipaleita Vesimelonikuutioita Päärynä-raparperijogurttia LA	<b>Päivällinen</b> Lihakeittoa LA MA GL SY Suolakurkkuviipaleita Lohkeavaa raparperijogurttia LA	<b>Päivällinen</b> Kalakeittoa LA GL Kurkkuviipaleita Rahkavahtoa LA GL	<b>Päivällinen</b> Pehmeää broilerikeittoa LA GL Tomaattia Mustikkakaurajogurttia MA
<b>Iltapala</b> Ruismarjapuuroa LA Porkkanavuokaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Perunarieskaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Kaurapuoliku-leipää	<b>Iltapala</b> Visipuuroa LA Aurinkoleipää	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Karjalanpiirakka	<b>Iltapala</b> Rahkaa LA Kauraeväisleipää	<b>Iltapala</b> Rahkaa Porkkana-perunaruutu

**Hoitokoti Kallion ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

**Ruokalista** VKO 27-32

**05.07.2021 - 15.08.2021**

sivu 4

**Viikko 30**

Maanantai 26.07.2021	Tiistai 27.07.2021	Keskiviikko 28.07.2021	Torstai 29.07.2021	Perjantai 30.07.2021	Lauantai 31.07.2021	Sunnuntai 01.08.2021
<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuroa LA Sulatejuustonappi LA Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Lauantaimakkaraa Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Päärynäsosetta
<b>Lounas</b> Palapaistia LA MA GL SY Kasvissekoitusta LA MA GL Keitetyjä perunoita Suvisalaattia Sekamarjasosekiisseliä LA M	<b>Lounas</b> Uunimakkaraa LA MA GL Parsakaalia Perunasosetta LA GL Ruskeaa kastiketta Jäävuori-kurkku-persikkasala Mangokiisseliä LA MA GL Omenasosekiisseliä LA GL	<b>Lounas</b> Venäläistä kalaa LA GL SY Juureskuutioita Keitetyjä perunoita Punajuuriviipaleita	<b>Lounas</b> Hernekeittoa LA MA GL SY Tomaattia Pannukakkupala LA Mansikkahilloa	<b>Lounas</b> Kalaa Bordelaise LA GL Porkkanoita Perunasosetta LA GL Punajuuri-raejuustosalaattia Ruusunmarjakiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Broileri-perunavuokaa LA GL Vihreitä papuja Kaali-kurpitsasalaattia Ananassosekiisseliä LA MA C	<b>Lounas</b> Porsasta curry-kookoskastikke Puutarhurinsekoitusta LA MA Keitetyjä perunoita Hedelmäistä kaalisalaattia Mustikkasosekiisseliä
<b>Päivällinen</b> Pinaattikeittoa LA GL SY Keitetyä kananmunaa Hunajamelonia Jogurtti LA GL	<b>Päivällinen</b> Jauheliuhakeittoa LA MA GL Suolakurkkuviipaleita Mangojogurttirahkaa LA GL	<b>Päivällinen</b> Lihakeittoa LA MA GL SY Tomaattia Mansikkamehukeittoa MA GL	<b>Päivällinen</b> Riisipuuroa LA GL Leikkelettä Kurkkuviipaleita Kuningatarkiisseliä MA GL	<b>Päivällinen</b> Lihaperunasoselaatikkoa LA C Tomaattia Luumu	<b>Päivällinen</b> Peruna-purjososekeittoa LA C Leikkelettä Vesimelonikuutioita Banaanijogurttia LA GL	<b>Päivällinen</b> Makkarakeittoa LA MA GL Paprikasuikaleita Puolukkavispipuuroa LA
<b>Iltapala</b> Ruismarjapuuroa LA Porkkanavuokaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Perunarieskaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Kaurapuolukku-leipää	<b>Iltapala</b> Visipuuroa LA Aurinkoleipää	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Karjalanpiirakka	<b>Iltapala</b> Rahkaa LA Kauraeväisleipää	<b>Iltapala</b> Rahkaa Porkkana-perunaruutu

**Hoitokoti Kallion ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

**Ruokalista** VKO 27-32

**05.07.2021 - 15.08.2021**

sivu 5

**Viikko 31**

Maanantai 02.08.2021	Tiistai 03.08.2021	Keskiviikko 04.08.2021	Torstai 05.08.2021	Perjantai 06.08.2021	Lauantai 07.08.2021	Sunnuntai 08.08.2021
<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuroa LA Sulatejuustonappi LA Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Lauantaimakkaraa Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Päärynäsosetta
<b>Lounas</b> Kanaa Tahitilaiseen tapaan L Kruunuvihannesta Keitettyjä perunoita Kurkkuista salaattia LA GL Mustaherukasosekiisseliä LA	<b>Lounas</b> Jauhelihapuikkoja LA MA GL Keitettyjä perunoita Porkkanoita Ruskeaa kastiketta Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia Aprikoosisosekiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Kahden kalan keittoa LA GL Pasta-salaattijuustosalaattia L Mangovispipuuroa LA MA	<b>Lounas</b> Riistakäristystä LA MA GL Kasvissekoitusta LA MA GL Perunasosetta LA GL Puolukkasurvosta Persikkasosekiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Appelsiini-seivuokaa LA GL S Kasvissekoitusta LA MA GL Perunasosetta LA GL Punajuuri-raejuustosalaattia L Ruusunmarjakiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Perinteinen kiusaus possusta Keitettyä maissia LA MA GL Tomaattia Omenasosekiisseliä LA MA G	<b>Lounas</b> Smetanalihakastiketta LA GL Parsakaalia Keitettyjä perunoita Kaali-kurpitsasalaattia Vadelmasosekiisseliä LA MA
<b>Päivällinen</b> Jauhelihakeittoa LA MA GL S Cantaloupemelonikuutioita Maitosuklaavanukasta LA	<b>Päivällinen</b> Bataattisosekeittoa LA GL SY Sulatejuustonappi LA GL Suolakurkkuviipaleita Puolukkajogurttia LA GL	<b>Päivällinen</b> Lapin riistakeittoa LA GL Hunajamelonikuutioita Kuningatarkiisseliä MA GL	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuroa LA Leikkelettä Tuorekurkkuviipaleita Mehukeittoa MA GL	<b>Päivällinen</b> Broilerikeittoa LA MA GL SY Vesimelonikuutioita Banaani	<b>Päivällinen</b> Perunamaitoa LA GL Leikkelettä Tomaattia Mustikkajogurttia LA GL	<b>Päivällinen</b> Lihakeittoa LA MA GL SY Paprikasuikaleita Rahkavaahtoa LA GL
<b>Iltapala</b> Ruismarjapuuroa LA Porkkanavuokaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Perunarieskaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Kaurapuolikuu-leipää	<b>Iltapala</b> Vispipuuroa LA Aurinkoleipää	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Karjalanpiirakka	<b>Iltapala</b> Rahkaa LA Kauraeväisleipää	<b>Iltapala</b> Rahkaa Porkkana-perunaruutu

**Hoitokoti Kallion ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

**Ruokalista** VKO 27-32

**05.07.2021 - 15.08.2021**

sivu 6

**Viikko 32**

Maanantai 09.08.2021	Tiistai 10.08.2021	Keskiviikko 11.08.2021	Torstai 12.08.2021	Perjantai 13.08.2021	Lauantai 14.08.2021	Sunnuntai 15.08.2021
<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuroa LA Sulatejuustonappi LA Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Päärynäsosetta	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuroa LA MA Lauantaimakkaraa Banaanisosetta	<b>Aamupala</b> Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Päärynäsosetta
<b>Lounas</b> Maalaispossukastiketta LA M Yrttipunajuurisuikeita LA M Keitetyjä perunoita Raikasta kasvissalaattia Sekamarjasosekiisseliä LA M	<b>Lounas</b> Sitruunakalaa LA GL SY Kasvissekoitusta Perunasosetta Porkkanaraastetta Mansikkasosekiisseliä LA GL	<b>Lounas</b> Makkarakeittoa LA MA GL Tomaattia Puolukkavispipuuroa LA MA	<b>Lounas</b> Lasagnetta LA SY Maissia LA MA GL Jäävuori-tomaatti-persikkasalaatti Karhunvatukkakiisseliä	<b>Lounas</b> Bataatti-juurespihvejä LA MA Kruunuvihannesta Keitetyä täysjyväriisiä LA MA Juustokastiketta LA GL Punajuuri-omenasalaattia Hedelmäsosekiisseliä LA MA	<b>Lounas</b> Lohilaatikkaa LA MA GL Parsakaali-maissia LA MA GL Kurkkuraastesalaattia Ruusunmarjakiisseliä	<b>Lounas</b> Karjalanpaistia MA GL Porkkanoita Perunasosetta LA GL Puolukkasurvosta Mustikkasosekiisseliä LA MA
<b>Päivällinen</b> Broilerkeittoa LA GL Cantaloupemelonikuutioita Jogurtti LA GL	<b>Päivällinen</b> Jauhelihakeittoa MA GL Suolakurkkuviipaleita Suklaavanukasta LA GL	<b>Päivällinen</b> Metsäsienikiusausta LA GL Kurkkuviipaleita Hedelmämehekeittoa MA GL	<b>Päivällinen</b> Perunapuuroa LA MA Leikkelettä Vesimelonikuutioita Vaniljavanukasta MA GL	<b>Päivällinen</b> Pehmeää broilerkeittoa LA GL Tomaattia Kuningatarkiisseliä MA GL	<b>Päivällinen</b> Lihakeittoa LA MA GL SY Cantaloupemelonikuutioita Luumujogurttia LA GL	<b>Päivällinen</b> Pinaattikeittoa LA GL SY Keitettyä kananmunaa Hunajamelonikuutioita Vadelma-vaniljakiisseliä LA G
<b>Iltapala</b> Ruismarjapuuroa LA Porkkanavuokaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Perunarieskaa	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Kaurapuolukku-leipää	<b>Iltapala</b> Vispipuuroa LA Aurinkoleipää	<b>Iltapala</b> Jogurttia LA Karjalanpiirakka	<b>Iltapala</b> Rahkaa LA Kauraeväisleipää	<b>Iltapala</b> Rahkaa Porkkana-perunaruutu